ÉCOLE DES BÂTISSEURS ET AU P'TIT MONDE DE FRANCO

GRANDE OUVERTURE OFFICIELLE

Par François Albert

Le 22 novembre dernier, le gymnase de l'école des Bâtisseurs était rempli à pleine capacité à l'occasion de la cérémonie de l'ouverture officielle de la nouvelle école primaire et des nouveaux locaux de la garderie Au P'tit Monde de Franco.

Environ 700 personnes, dont la majorité était des petits de la garderie et des élèves de l'école des Bâtisseurs, étaient rassemblées afin de souligner ce moment spécial pour eux et pour la communauté.

Parmi les dignitaires, on notait, entre autres, la présence du premier ministre du N.-B., Shawn Graham, le ministre de l'Éducation, Kelly Lamrock, la secrétaire parlementaire du premier ministre du Canada, Sylvie Boucher, le maire de Fredericton, Brad Woodside et quelques membres de l'Ordre des Bâtisseurs du CCSA.

Deux élèves de l'école des Bâtisseurs, Xavier Cole et Geneviève Duguay, ont agi à titre de maîtres de cérémonie. Le Ô Canada a été interprété par Abigail Crispo et l'Ave Maris Stella par Danika Beaulieu.

En début de soirée, la communauté était invitée à visiter les nouvelles installations et à participer à un souper familial à la cafétéria de l'école des Bâtisseurs. Près de 500 personnes ont participé à cette soirée porte ouverte et en ont profité pour découvrir le nouvel édifice.

Album-souvenirs de l'ouverture officielle de l'école des Bâtisseurs et de la garderie Au P'tit Monde de Franco en page 11 de cet Info-lien.

Joyeux Noël et bonne et heureuse année 2008

À l'aube de notre 30e anniversaire, toute l'équipe du Centre communautaire Sainte-Anne profite de cette joyeuse période du temps des Fêtes pour vous souhaiter bonheur, santé et prospérité.

Merci à nos organismes, nos partenaires, nos collaborateurs, nos bénévoles et à nos amis pour leur précieux support.

Les membres du conseil communautaire et l'administration du CCSA

Ce mois-ci

Quelques mots du directeur général 2
Portrait 4
Arts et spectacles 5
Cinéma 7
Activités qui ont eu du succès 8
Activités 9
École des Bâtisseurs/ Au P'tit Monde de Franco 11
École Sainte-Anne 12
École Arc-en-ciel 13
Organismes 14
Finances 19
Santé 20
Bibliothèque Dr Marguerite-Michaud 21
Sudoku 22
Les fabuleuses recettes de Juliette 22

Rédaction

Textes: François Albert et quelques membres des organismes accrédités du CCSA.

Rédaction et mise en page: François Albert

Révision: Guylaine Perron

Collaboration spéciale: Norbert Gauvin

NDLD: L'utilisation du genre masculin dans les textes n'a pour objet que d'en alléger la lecture et inclut aussi bien le féminin.

Date de tombée

Info-lien de janvier: 15 décembre 2007

QUELQUES MOTS DU DIRECTEUR GÉNÉRAL

STÉPHANE LECLAIR

Nous voilà encore rendus à cette période des Fêtes au cours de laquelle nous sommes très occupés. Prenons le temps de respirer.

La troisième et dernière phase des travaux d'agrandissement du CCSA se poursuit de plus belle. Elle est de loin celle qui touche le plus les personnes qui fréquentent sur une base quotidienne nos installations car elle a un impact direct sur le stationnement et l'entrée principale.

Je tiens à préciser que même si ces changements semblent déplaire à certaines personnes, nous n'avons pas le choix et que le but ultime est d'assurer la sécurité de chacun. Je vous remercie pour votre patience et votre grande compréhension et je peux vous dire que le pire est passé.

Toujours du côté des travaux, nous attendons avec fébrilité l'ouverture des nouveaux locaux de la bibliothèque Dr Marguerite-Michaud et de la future maison des jeunes, sans oublier la fameuse passerelle qui joindra le CCSA à l'école des Bâtisseurs et à la garderie Au P'tit Monde de Franco. La fin de ces travaux est prévue en janvier.

En janvier, le CCSA, en collaboration avec différents représentants du monde des affaires de Fredericton, mènera un sondage auprès de plusieurs commerçants de la ville afin de connaître le niveau de service bilingue et ainsi d'être en mesure d'aiguiller certaines entreprises pour qu'elles puissent offrir un service dans les deux langues officielles. Les résultats de ce sondage seront certainement très intéressants.

Depuis un certain temps, la façade du CCSA se refait une beauté et subit d'importants changements.

En janvier, je vous donnerai un compte rendu de ma prochaine visite auprès de nos amis manitobains. J'irai me familiariser et m'inspirer des belles initiatives de leur communauté francophone.

Le mois dernier, le CCSA a participé à la 11e édition de la FrancoFête en Acadie à Moncton. Nous avons plusieurs idées de beaux spectacles pour notre saison 2008-2009. Nous planifions déjà notre prochaine année de programmation alors que la présente est loin d'être terminée. Si vous avez des suggestions, vous pouvez écrire à info@centre-sainte-anne.nb.ca.

Pour terminer, je vous souhaite un Joyeux Noël avec votre famille et vos amis. Que cette période de réjouissances soit des plus agréables. J'ose espérer que vous aurez la chance de décrocher un peu et surtout, de vous reposer. Revenez-nous en forme pour débuter du bon pied la nouvelle année.

Heures d'ouverture du CCSA pendant les Fêtes

Le 22 décembre - Midi à 17 h
Le 23 décembre - Midi à 20 h
Les 24, 25 et 26 décembre - FERMÉ
Les 27 et 28 décembre - 8 h à 18 h
Le 29 décembre - Midi à 17 h
Le 30 décembre - FERMÉ
Le 31 décembre - 8 h à 17 h
Le 1er janvier - FERMÉ
Le 2 janvier - Heures régulières

En temps normal, la réception du CCSA est ouverte de 8 h à 23 h du lundi au dimanche.

Renseignements:

453-2731

DES BILLETS COMME CADEAUX
SPECTACLES À VENIR

Plusieurs spectacles seront présentés au cours des prochains mois au CCSA et même ailleurs. Il s'agit d'excellentes idées-cadeaux qui font énormément plaisir et qui s'insèrent bien dans un bas de Noël!

Le 11 janvier à 20 h, *La Revue acadienne* s'arrêtera au théâtre Bernard-Poirier. Ce spectacle d'humour et de variétés connaît un succès fou depuis les deux dernières années. Les billets sont en vente à la réception du CCSA au coût de 20 $ pour les adultes et de 14 $ pour les étudiants.

Charles Dubé, qui était présent au lancement de la programmation du CCSA en septembre dernier, présentera l'intégral de son spectacle à 20 h le 27 mars. Les billets sont en vente à la réception du CCSA au coût de 23 $ pour les adultes et de 14 $ pour les étudiants.

La légende vivante, Zachary Richard, montera sur la scène du Playhouse à 20 h le 24 avril prochain. Les billets pour ce spectacle sont en vente seulement au Playhouse au coût de 26,50 $ pour les adultes et de 16,50 $ pour les étudiants. Renseignements: 458-8344.

Finalement, la saison 2007-2008 des Jeunesses Musicales du Canada se poursuivra à 19 h 30 le 14 mars avec Sean Rice à la clarinette et à 19 h 30 le 11 avril avec Daniel Bolshoy à la guitare.

Les billets pour ces deux spectacles sont en vente à la réception du CCSA au coût de 22,50 $ pour les adultes et de 12,50 $ pour les étudiants.

Zachary Richard

Charles Dubé

LANCEMENT DES ACTIVITÉS DU 30e ANNIVERSAIRE DU CCSA

Le 10 juin 1978 avait lieu l'ouverture officielle du Centre communautaire Sainte-Anne. « Une oasis pour les francophones de la région de Fredericton... », comme l'avait précisé le premier ministre de l'époque, Richard Hatfield.

Trente ans plus tard, cette oasis est maintenant devenue un véritable océan. La population francophone a plus que triplée et le CCSA grandit en conséquence.

L'année 2008 marquera non seulement le 30e anniversaire du CCSA mais l'aboutissement d'importants travaux d'agrandissement et de rénovations évalués à près de 25 millions de dollars.

Plusieurs activités spéciales seront proposées à la communauté tout au long de la prochaine année afin de célébrer les 30 ans du CCSA. Le lancement officiel se tiendra au CCSA à 11 h le 14 janvier.

Un dépliant, avec tous les détails, sera alors dévoilé.

POUR NOUS JOINDRE

715, rue Priestman
Fredericton (N.-B.) E3B 5W7
Tél. : 453-2731 Téléc. : 453-3958
www.centre-sainte-anne.nb.ca

Directeur général — Stéphane Leclair — sleclair@centre-sainte-anne.nb.ca

Adjointe exécutive — Sylvette Drisdelle — sdrisdelle@centre-sainte-anne.nb.ca

Directrice de la programmation — France Martin-Bouchard — fmartinbouchard@centre-sainte-anne.nb.ca

Agente de développement jeunesse — Marie-Paule Doucette — mpdoucette@centre-sainte-anne.nb.ca

Agent d'information — François Albert — falbert@centre-sainte-anne.nb.ca

Directeur des services financiers — Guy Collette — gcollette@centre-sainte-anne.nb.ca

Directeur des services à la clientèle — Stéphane Sirois — ssirois@centre-sainte-anne.nb.ca

Adjointe administrative-réception — Guylaine Perron — gperron@centre-sainte-anne.nb.ca

Régisseur technique — Maxime Guérette — mguerette@centre-sainte-anne.nb.ca

Chef de l'entretien — Gérald LeBlanc — gleblanc@centre-sainte-anne.nb.ca

Préposés à l'entretien — Wilfred Cyr et Yves Pelletier

Préposés à l'accueil — Paul Steeves, Chantal LeBouthillier, Sasha Caputo, Pascale Desrosiers-Hickey et Gabrielle Paré

MEMBRES DU CONSEIL D'ADMINISTRATION 2007-2008

Céline Doucet-Rousselle, présidente, Jeannine Robichaud, vice-présidente, Eric Levesque, trésorier, Pierre Carrier, président du comité de programmation/marketing, Thierry Acarreon, Barbara Da[illegible], Andrée Desrosiers, Carole Lepage Gauvin et Carole Mallet

PORTRAIT
Chantal Duguay-Mallet

Par François Albert

Haute comme trois pommes et aussi lourde qu'une plume, elle est comparable à une bombe d'énergie. Elle peut sembler hyperactive, une tornade d'idées et de projets tourbillonnent dans sa tête, un vrai petit boute-en-train avec une main de fer dans un gant de velours; voilà quelques qualificatifs et énoncés qui décrivent bien, à première vue, Chantal Duguay-Mallet.

Chantal est née à Lamèque, dans la Péninsule acadienne, en 1958. Elle est l'aînée d'une famille de quatre enfants. Trois frères l'ont suivie: Gilles (Moncton), Marcel (Lamèque) et Robert (Fredericton).

Son père, Aimé, était chauffeur d'autobus et sa mère, Mariette, enseignante. La maman de Chantal a été une pionnière du programme des maternelles au N.-B. Elle a ouvert, vers la fin des années 1960 dans la maison familiale, la première maternelle à Lamèque (et une des premières dans la province).

« Il n'y a aucune différence entre Chantal, l'enfant, et Chantal, l'adulte. Elle n'arrête pas deux secondes. Des fois, il fallait la calmer » raconte sa mère Mariette.

« Elle a toujours aimé être entourée de personnes. Notre maison était nommée le café de Lamèque tellement il y avait du monde! Et la maison de Chantal à Fredericton est toujours pleine... elle aime ça! Elle peut faire des biscuits à 10 heures le soir... et elle les fait vite » ajoute Mariette.

Chantal a toujours su qu'elle voulait devenir enseignante; elle a certainement été influencée par la profession pratiquée par sa maman.

Elle a obtenu son baccalauréat en éducation de l'Université de Moncton et elle a, dans les années 1990, complété à temps partiel son certificat 5 en enseignement.

Chantal s'est ensuite dirigée, avec son époux Léopold Mallet, à l'Île-du-Prince-Édouard où elle a vécu pendant trois ans et où son premier enfant, Bertin, a vu le jour. De 1983 à 1988, Chantal est retournée vivre dans son patelin à Lamèque.

Passionnée par les marionnettes et le théâtre depuis son enfance, elle a ouvert dans sa maison à Lamèque une petite école de théâtre qui a obtenu beaucoup de succès.

Au fil des ans, Chantal a touché à tous les aspects du théâtre pour les enfants de différents âges: conception de marionnettes, de décors et de costumes, mise en scène, textes, direction. Un fait intéressant, elle a toujours été à l'arrière-scène et n'a jamais monté sur les planches.

En 1988, Chantal et sa famille s'installent à Fredericton, ils y vivent donc depuis bientôt 20 ans.

« J'aime la ville de Fredericton. J'ai un grand sentiment d'appartenance envers le Centre Sainte-Anne. Lorsque que je suis arrivée, la participation aux activités était très familiale maintenant on voit beaucoup plus de couples et de jeunes sans enfant » précise-t-elle.

Chantal a toujours été très présente pour ses trois enfants: Bertin (bientôt 24 ans), Henri (20 ans) et Zoé (16 ans).

« J'ai eu la chance de demeurer à la maison pendant 12 ans pour élever mes enfants et je l'ai un peu fait par égoïsme. Je ne me sentais pas capable de gérer une vie familiale et professionnelle en même temps. Retourner enseigner a été une façon, pour moi, de ne pas trop couver mes enfants au risque de les étouffer » souligne Chantal.

Lorsqu'elle parle de son mari Léopold (avec qui elle est mariée depuis 26 ans), de ses trois enfants, de sa mère, de sa famille et de ses deux chiens (elle adore les animaux), ses yeux pétillent de fierté et d'affection.

En 1996, elle est retournée sur le marché du travail à l'école Sainte-Anne de Fredericton où elle a occupé tous les postes possibles aux niveaux de la maternelle à la 2e année. Toutefois, en 2006, toujours à la recherche de nouveaux défis, Chantal change de niveau. Elle enseigne maintenant aux élèves de la 6e année.

« À mon avis, les deux plus grandes qualités d'une enseignante sont d'être à l'écoute de ses élèves et

d'aimer les enfants. J'aime sincèrement être avec les jeunes. Je suis très affectueuse envers eux » souligne-t-elle.

Chantal considère qu'il est plus difficile d'enseigner maintenant qu'il y a 20 ans. Les regards de défiance et le manque de respect sont de plus en plus communs chez les élèves. Peu importe, rien ne l'arrête ou la ralenti. Elle compare sa classe à une ruche où tous les élèves participent et mettent la main à la pâte.

« Chantal a un dévouement complet à l'enseignement. Elle s'adapte à ses élèves et cherche toujours des moyens de les intéresser et de partager ses passions avec eux. C'est une femme qui s'investit à 100 % autant avec ses élèves qu'avec sa famille » mentionne son frère Robert.

Lorsqu'on connaît un peu plus Chantal Duguay-Mallet, sa grande énergie qui peut parfois décontenancer devient plutôt secondaire. On se rend vite compte que certains traits de caractères sont encore plus présents et importants et qu'elle est une véritable passionnée, totalement dédiée à son travail et à sa famille, toujours présente pour donner un coup de main et à la recherche constante de nouveaux défis.

« J'adore mon métier. Quand je commencerai à quitter l'école tous les jours à 16 h, il sera temps pour moi de passer à autre chose » lance-t-elle.

NDLR: Les biscuits de Chantal Duguay-Mallet sont succulents!

CHOEUR DE SOULANGES
CONCERT DE NOËL

Par Jocelyne Desjardins

C'est sous le thème du renouveau que le Choeur de Soulanges présentera son concert de Noël annuel, le dimanche 9 décembre à 15 h en l'église Sainte-Anne-des-Pays-Bas.

Pourquoi renouveau? Suite à une pause de six mois, le Choeur de Soulanges est maintenant dirigé par une nouvelle directrice, Judy Lavigne.

Elle a accepté de prendre la relève et le Choeur a donc repris ses activités. Il continue de développer son amour du chant choral, et comme résultat, il vous offre un concert de Noël renouvelé.

Vous entendrez des chants autrichiens, italiens, espagnols, philippins, anglais et bien sûr, français. De plus, le Choeur vous réserve de belles surprises et des invités spéciaux..

Venez satisfaire votre curiosité, vous imprégner de l'esprit des Fêtes, entendre des chorales d'un peu partout sur la terre, vivre une expérience à la fois multiculturelle et traditionnelle et surtout encourager votre plus grande chorale francophone de la région.

Les billets sont en vente au coût de 10 $ pour les adultes et 8 $ pour les enfants, les étudiants et les personnes aînées.

Vous pouvez vous procurer des billets auprès des membres du Choeur de Soulanges et à la porte.

Venez avec toute la famille, vos amis, la parenté, la visite, les voisins. Vous ne voulez pas rater ce bel événement qui vous mettra, sans aucun doute, dans l'ambiance du temps des Fêtes.

DES ÉLÈVES DE 6 À 17 ANS ET... LUC DUGAS
EXPOSITIONS PRÉSENTÉES BIENTÔT

Deux nouvelles expositions se suivront à la Galerie des Bâtisseurs du CCSA.

Du 15 décembre au 11 janvier, des élèves de 6 à 17 ans, sous la supervision de Guy Ringuette, présenteront des dessins et des peintures. Le vernissage aura lieu à 13 h le samedi 15 décembre à la Galerie des Bâtisseurs.

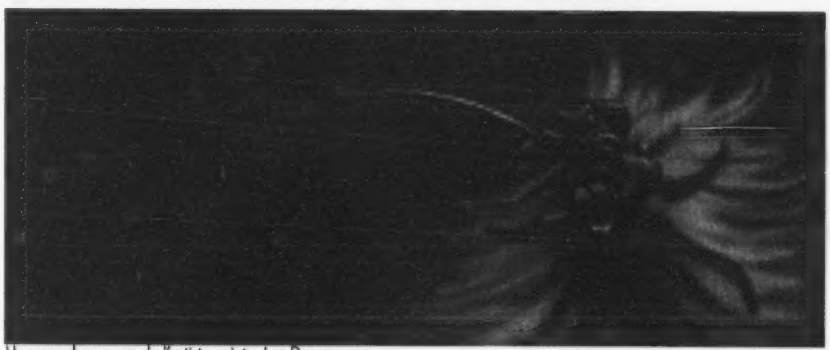
Du 14 janvier au 28 mars 2008, les oeuvres de l'artiste peintre Luc Dugas seront en montre à la Galerie des Bâtisseurs.

Originaire de Caraquet, ce courtier en assurances dessine depuis l'âge de 12 ans. Autodidacte, il maîtrise l'art de l'aérographe (airbrush) et de la peinture; il peint principalement des fleurs.

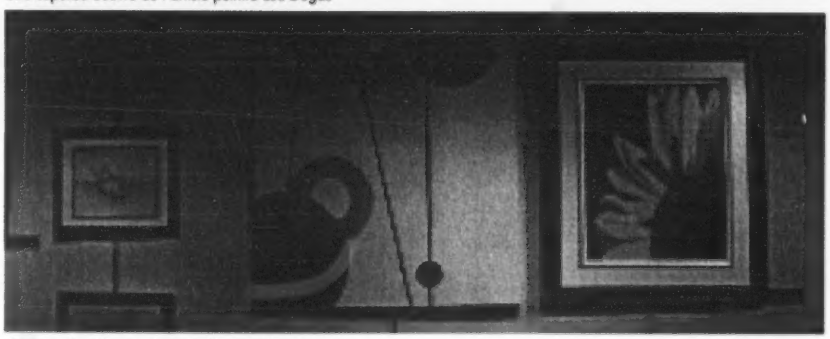
Luc Dugas a obtenu un succès monstre aux deux dernières éditions du Festival des arts visuels en Atlantique (FAVA).

Le vernissage des oeuvres de Luc Dugas aura lieu le 14 janvier à 19 h à la Galerie des Bâtisseurs.

L'entrée sera libre.



Une superbe oeuvre de l'artiste peintre Luc Dugas



Oeuvres des élèves présentées l'année dernière.

5 À 9 DU TEMPS DES FÊTES

Pour terminer l'année sur une bonne note, le CCSA propose un 5 à 7 bien spécial... ou plutôt un 5 à 9!

Le vendredi 7 décembre au James Joyce Irish Pub du Crowne Plaza Fredericton - Lord Beaverbrook, venez célébrer le temps des Fêtes avec un trio qui saura vous faire danser: Éric Haché, Sébastien LeBlanc et Chris Wheaton.

Un menu spécial de Noël sera proposé aux personnes présentes.

Les 5 à 7 seront de retour le 25 janvier 2008. Au plaisir de vous y voir!

CJPN - Radio Fredericton est le partenaire officiel des 5 à 7 du CCSA.

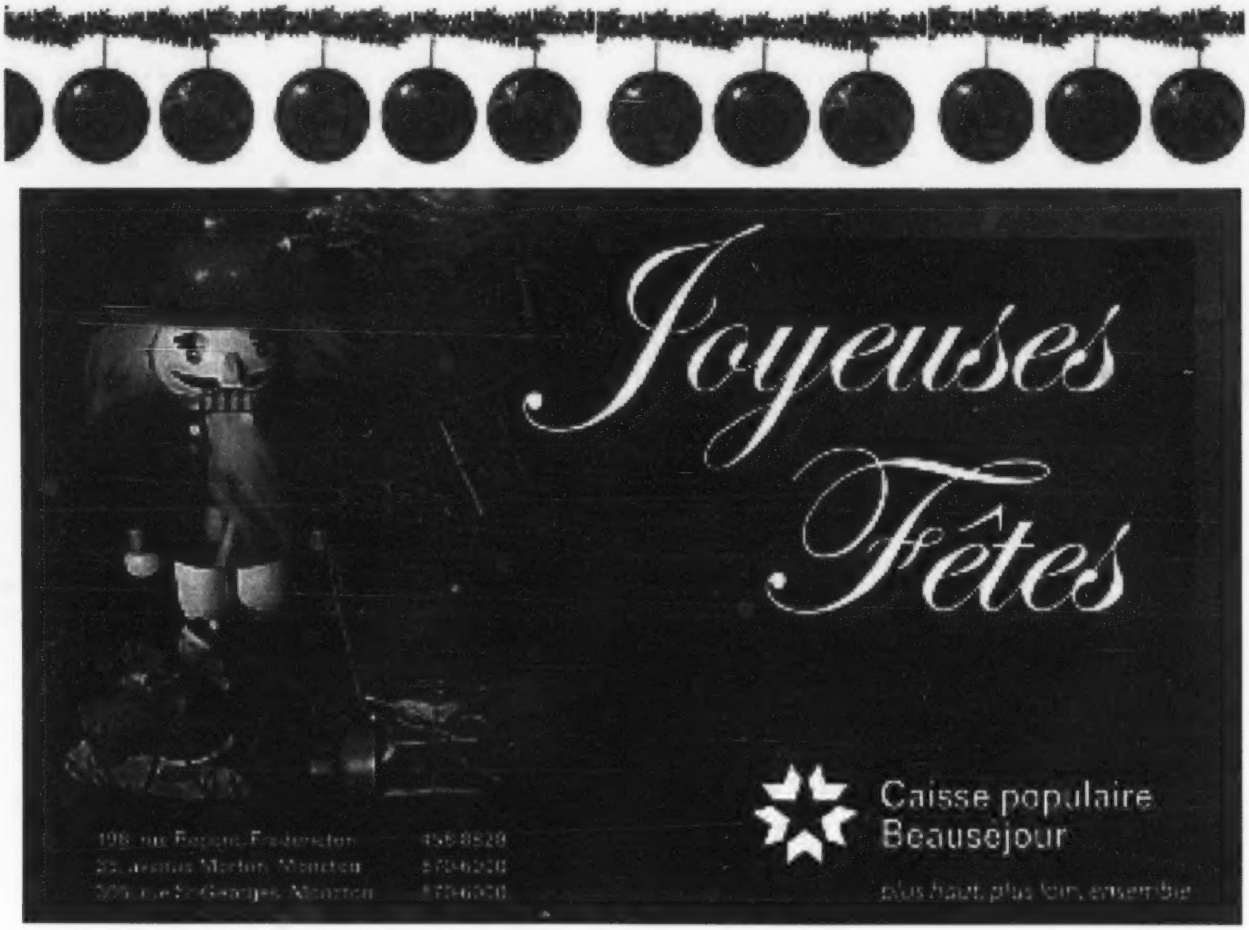
Le 12 octobre dernier, les musiciens Éric Haché et Sébastien LeBlanc ont lancé les 5 à 7 de la saison 2007-2008. En compagnie de Chris Wheaton, nos deux troubadours seront de retour le 7 décembre pour terminer l'année 2007 avec fougue, énergie et surtout des airs du temps des Fêtes qui vous divertiront.

COURS À L'ETRANGER

Le programme Session d'été en France 2008 de l'Université du Nouveau-Brunswick vous offre [illegible] et d'apprécier la richesse de Paris et de Tours du 22 juin au 2 juillet 2008 en [illegible] FR 3594 Paris en fête, [illegible], ECON 3705 Le Canada et la nouvelle économie globale.

Les classes sont données dans les institutions politiques et économiques, dans les musées, les églises, les cafés, les jardins et autres endroits de la ville. Vous pouvez suivre les cours à titre d'auditeur libre ou à titre d'étudiant régulier.

Pour de plus amples renseignements, voir http://www.cel.unb.ca/travelstudy/france/index.php.



FILM POUR TOUTE LA FAMILLE

RATATOUILLE

Ratatouille raconte l'histoire de Rémi, un rat au goût raffiné, qui rêve de devenir cuisinier. Contrairement aux membres de sa famille qui se nourrissent dans les ordures, Rémi raffole du bon fromage et du pain frais.

À la suite d'un événement qui va le séparer des siens, Rémi se retrouve dans les cuisines de son idole; un grand chef Parisien. Caché sous la toque du responsable des soupes, Rémi va aider le jeune garçon à faire sa place dans la cuisine.

Ce film familial sera présenté le samedi 15 décembre à 15 h au théâtre Bernard-Poirier du CCSA.

Les billets seront vendus seulement à la porte au coût de 2 $ pour les 12 ans et moins et de 3 $ pour les plus vieux.

Les profits recueillis seront remis à la future maison des jeunes dont l'ouverture est prévue en janvier.

Renseignements: Marie-Paule Doucette au 453-5396.

Rémi le rat attend toute la famille à 15 h le samedi 15 décembre au théâtre Bernard-Poirier.

HATHEWAY & INSTRUM
ORTHODONTICS

les spécialistes du sourire

- Nul besoin d'être référé par un dentiste
- Première consultation gratuite
- Différentes options de paiement disponibles
- Personnel bilingue

128, rue Brunswick
Fredericton, NB E3B 1G6
Tél : 506.455.9775
Télec : 506.454.0742
Sans frais : 1.877.455.9775
www.coolsmiles.ca

318, Route 565, Suite 1
Woodstock, NB E7M 4P1
Tél : 506.324.9775
www.coolsmiles.ca

ACTIVITÉS QUI ONT EU DU SUCCÈS

COUP DE COEUR FRANCOPHONE AVEC JONATHAN PAINCHAUD ET PASCAL LEJEUNE

Pascal Lejeune

Jonathan Painchaud

Le 4 novembre dernier, Coup de coeur francophone s'est arrêté au théâtre Bernard-Poirier du CCSA en y présentant deux excellents auteurs-compositeurs-interprètes: l'Acadien Pascal Lejeune et le Madelinot Jonathan Painchaud. Ils ont non seulement présenté leurs dernières compositions mais ils ont beaucoup échangé avec les spectateurs. Les personnes présentes ont été enchantées par les textes originaux de Pascal dont le premier album, *Le commun des bordels*, connaît un bon succès. L'humour sympathique et l'énergie de Jonathan ont fait lever la foule. Somme toute, une superbe soirée passée en excellente compagnie. Finalement, Pascal Lejeune vient tout juste de remporter deux prix dans le cadre de la 11e édition de la FrancoFête en Acadie: le Prix RADARTS-Réseau des grands espaces et le Prix RADARTS-Réseau Ontario. Un artiste d'ici qui fait son petit bout de chemin.

COUP DE COEUR FRANCOPHONE AVEC TRICIA FOSTER, ANIQUE GRANGER ET LUC DE LAROCHELLIÈRE

Luc De Larochellière

Anique Granger et Tricia Foster

Le 16 novembre, toujours dans le cadre de Coup de coeur francophone, un trio éclatant s'est arrêté au théâtre Bernard-Poirier. En première partie la Franco-Ontarienne Tricia Foster et la Fransaskoise Anique Granger suivi de Luc De Larochellière. Anique Granger prépare présentement son premier album solo qu'elle devrait lancer sous peu. Tricia Foster, avec son sens de l'humour bien aiguisé et sa présence scénique, a bien fait rigoler les spectateurs. Elle travaille sur un 2e album solo. Luc De Larochellière n'a pas déçu avec son répertoire de chansons très connues. D'Amère America à Cash City en passant par *Si fragile* et *Sauvez mon âme*, Luc a présenté des versions acoustiques de ses grands succès et plusieurs nouvelles chansons que l'on pourra entendre sur son prochain album de compositions originales.

Les spectacles Coup de coeur francophone sont rendus possibles grâce aux partenaires suivants:

Caisse populaire Beaubassin

- radarts -

Frederiction Donald Centre

New Brunswick Nouveau-Brunswick CANADA

JEUNESSES MUSICALES DU CANADA... C'EST PARTI!

La saison 2007-2008 des Jeunesses Musicales du Canada (JMC) nous a déjà permis d'apprécier deux spectacles de grande qualité. Le 20 octobre dernier, le pianiste Serhiy Salov (que l'on peut voir sur la photo) a charmé la foule présente. Le 13 novembre, l'opérette *La Veuve joyeuse* a connu autant de succès. Deux autres spectacles des JMC seront présentés en mars et en avril prochains.

SUPER DANSE D'HALLOWEEN DU CCSA

La danse d'Halloween du CCSA, qui a eu lieu le 27 octobre dernier au restaurant Hilltop, a obtenu un bon succès. Sur la photo on peut voir Sylvette Drisdelle et Alex Arsenault les gagnants du 1er prix pour le plus beau costume. Rita Chiasson a obtenu le 2e prix alors que Line Viel a remporté le 3e prix. Merci à toutes les personnes présentes, bravo pour les fabuleux costumes... et à l'année prochaine!

COMITÉ DE PARENTS
DÉJEUNER DU PÈRE NOËL ET BAZAR

Le Comité de parents de l'école Sainte-Anne et de l'école des Bâtisseurs vous invite à leur traditionnel déjeuner du père Noël qui aura lieu de 10 h à 13 h le dimanche 9 décembre 2007 à l'école des Bâtisseurs.

Les billets seront seulement vendus à la porte au coût de 6 $ pour les adultes et de 4 $ pour les enfants.

Plusieurs activités attendent toute la famille: vente de pâtisseries, encan silencieux afin de gagner des paniers préparés par les élèves de la 5e année, atelier de décoration de biscuits, peinture sur le visage, limbo, courses à obstacles, courses de poches à patates et bien plus encore! Sans oublier le père Noël qui attendra les enfants avec impatience.

Et il y a du nouveau cette année alors que le Comité de parents propose un bazar de Noël de livres usagés afin de recueillir des fonds pour acheter de nouveaux livres pour les élèves de la 1ère à la 5e année.

Si vous vous voulez vous débarrasser de livres pour les enfants, en français et en bonne condition, vous

pouvez les déposer, jusqu'au 3 décembre 2007, aux secrétariats de l'école Sainte-Anne et de l'école des Bâtisseurs et dans la boîte qui se retrouve tout près de la Boutique de l'Amitié.

Ce bazar de livres aura lieu au même moment que le déjeuner du père Noël. Il sera possible de payer comptant, par chèque ou par carte de crédit.

À LA RECHERCHE DE NOËL...

Les élèves de la 6e à la 12e année de l'école Sainte-Anne vous invitent au spectacle, *À la recherche de Noël*, le mardi 18 décembre à 19 h au théâtre Bernard-Poirier.

Les billets seront vendus à la porte au coût de 4 $ pour les adultes et de 2 $ pour les étudiants.

Venez apprécier le talent de nos jeunes!

Au sommet du succès!

POUR VENDRE OU ACHETER UNE PROPRIÉTÉ, UN NOM À RETENIR:

ROSELINE COMEAU

- Résultats maximums à Fredericton et à Oromocto
- Disponible en tout temps (7 jours, 7 soirs/semaine)
- Bénéficiez de mes 15 ans d'expérience et d'une publicité constante et stratégique
- Avec mon aide, plusieurs familles ont pu réaliser leur projet

447-1846 (cell.)

POURQUOI ATTENDRE?
Vous rencontrer sera un plaisir!

ROSELINE COMEAU
RE/MAX Group Realty Ltd.
311, rue St. Mary's, Fredericton (452-9888) et
3, Gateway Mall, Oromocto (357-9888)

Roseline Comeau est membre du Temple de la renommée RE/MAX

CENTRAL SIDING LTD

Depuis 1987

Prop: Eugène Saulnier

- Revêtement de vinyl
- Porte en acier isolé
- Fenêtre de PVC de tout genre
- Contour de fenêtre en aluminium colonial
- Distributeur de fenêtre MBF

Manufacturé par Menuiserie Basque & Fils de Tracadie-Sheila depuis 1855.

Tél.: 451-2178 ou 260-0476

Estimation gratuite

Assomption Vie
Assumption Life

- Assurance-vie
- Assurance maladies graves
- Assurance collective
- Produits et services financiers

Jason Roy

Conseiller financier

(506) 453-1102

jason.roy@assumption.ca

Conseil économique du Nouveau-Brunswick Inc.

Devenez membre du plus important réseau de gens d'affaires francophones à l'est du pays dès aujourd'hui...

Visitez nous sur le web au www.cenb.com ou composez le 1 800 561-4446

Bâtissons ravenir.

Capital Solar Blinds

Stores résidentiels et commerciaux

- De style romain
- Plissé
- En tilleul
- Bois euro
- Aspect bois
- En toile
- Horizontaux en alum.
- Toile en panneau

Propriétaire : Pierre Cormier

Vente et installation - Service bilingue tél. : 447-2295

EXIT

Pierre Charron cell: 260-3003

Cynthia Charron

Vos partenaires en immobilier!

www.frederictonsdynamicduo.com

Nicole Godbout, BSS, TSE

Services de counselling

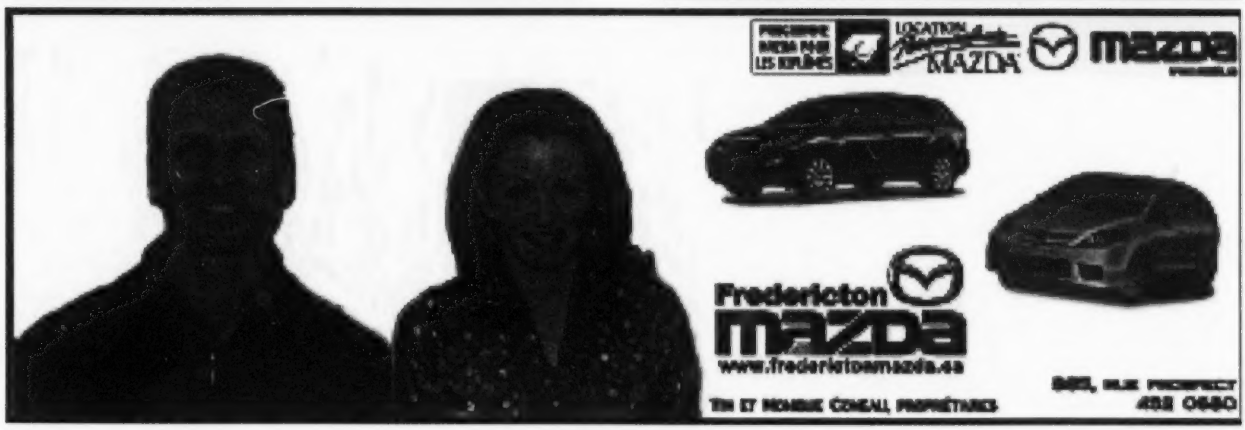
Dépression/Troubles émotifs	Familles
Gestion du stress	Santé
Guérison enfant intérieur	Deuil
Problèmes reliés au travail	Session de groupe

Couvert par la plupart des plans d'assurance

PAE, PAEF et service bilingue

81 Woodlawn Lane, New Maryland, N.-B. E3C 1L2

Tél. : (506) 454-1998 harmonie@nbnet.nb.ca



OUVERTURE OFFICIELLE LE 22 NOVEMBRE DERNIER

ALBUM-SOUVENIRS

Geneviève Duguay et Xavier Cole, les deux maîtres de cérémonie, ont fait un excellent travail. Ils se sont exprimés avec aisance et éloquence. Bravo!

«L'inauguration d'aujourd'hui marque le franchissement d'une formidable étape dans l'agrandissement du CCSA » a déclaré le premier ministre du N.-B., Shawn Graham.

Sous la direction de Yolande Duguay-Mallet, une cinquantaine d'élèves de la 2e à la 4e année ont interprété avec brio, l'*Hymne à l'espoir*.

Coupe du ruban avec le ministre de l'Éducation, Kelly Lamrock, le premier ministre, Shawn Graham, la secrétaire parlementaire du premier ministre du Canada, Sylvie Boucher, le maire, Brad Woodside et la présidente de la garderie, Lucie St-Jean.

Quelques membres de l'Ordre des Bâtisseurs ont participé à cette cérémonie d'ouverture. On peut les voir en compagnie de la présidente et du directeur général du CCSA.

En début de soirée, près de 500 parents et enfants ont défilé dans la cafétéria de l'école des Bâtisseurs pour participer à un souper familial. Plusieurs en ont profité pour visiter les nouvelles installations. Robert Duguay et son orchestre ont diverti les personnes présentes.

ATELIERS POUR LES JEUNES

PETITS BRICOLEURS

Aurélie propose quatre ateliers de bricolage aux enfants de 3 et 4 ans. Il s'agit d'une excellente manière de développer la coordination motrice, l'imagination et la dextérité tout en s'amusant.

Les thèmes de Noël, du Nouvel An, de l'amour et du printemps seront abordés et revisités avec une touche de créativité à la française.

Le premier atelier, celui de Noël, aura lieu de 14 h à 15 h le samedi 8 décembre au CCSA.

Le coût d'inscription est de 10 $ (TVH en sus) et un maximum de 15 enfants sera accepté. Veuillez les inscrire à la réception du CCSA.

Du thé et du café seront servis pour les parents qui désirent demeurer sur place afin de socialiser.

Renseignements: Marie-Paule Doucette au 453-5396 ou à mpdeveau@centre-sainte-anne.nb.ca.

Les dates des trois autres ateliers seront annoncées sous peu.

Le chanteur acadien Fayo a présenté trois spectacles, le 5 novembre dernier, devant des élèves de la 3e à la 12e année de l'école des Bâtisseurs, de l'école Arc-en-ciel et de l'école Sainte-Anne.

PREMIER MATCH OFFICIEL DES CASTORS

L'équipe de hockey masculine de l'école Sainte-Anne, les Castors, a disputé sa première partie officielle le samedi 3 novembre dernier à l'aréna York.

Au-delà de 350 personnes ont assisté au match et les Panthers ont remporté la partie 5 à 2.

Sur la photo, de droite à gauche: Éric Morin, capitaine des Castors de l'ESA, Dr Jean-Guy Violette, commanditaire Or, Lisa Page-Soucy, gérante des Castors, Michel Semegan, commanditaire *Prestige* et Mathieu Briggs, capitaine des Panthers de Tobique Valley High School.

Prochains matchs locaux des Castors à 19 h 30 à l'aréna York:

8 décembre - Castors contre Kegwick

15 décembre - Castors contre Hartland

29 décembre - Castors contre Carleton-North

5 janvier - Castors contre Plaster Rock(hors concours)

12 janvier - Castors contre Hartland

DES ÉLÈVES S'INFORMENT ET S'ORIENTENT

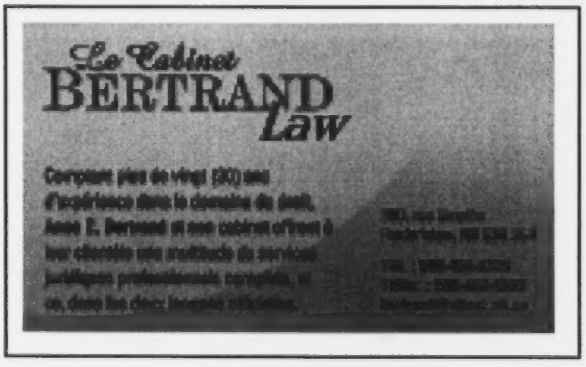
Par Zoël Collin, conseiller en orientation à l'ESA

Depuis le début de l'année scolaire, la communauté environnante, le milieu éducatif postsecondaire et l'école Sainte-Anne ont joint leurs efforts afin de sensibiliser les élèves au monde du travail et aux études postsecondaires.

Le 8 novembre a eu lieu la journée *Invitons nos jeunes au travail* alors que tous les élèves de la 9e année ont passé la journée au travail avec un parent ou un ami des parents. Le lendemain, les élèves de la 12e année ont passé la journée à l'Université de Moncton ou au Collège communautaire de Dieppe afin de mieux connaître leurs programmes d'études et vivre une journée en tant qu'étudiant postsecondaire.

Le 13 novembre les élèves de la 11e et 12e année intéressés par l'ingénierie ont passé la journée à la faculté d'ingénierie de UNB. Le 21 novembre, les élèves de la 11e et 12e année intéressés par les TICS (technologie de l'information et la communication) ont eu l'occasion d'aller au Centre Aitken afin d'assister à l'exposition *Pensez N.-B.* tandis que tous les élèves de la 10e année qui suivent un cours d'anglais ont vécu une journée de jumelage avec un travailleur faisont un job qui les intéressent afin de mieux connaître cette profession/métier.

Le 23 novembre les élèves de la 9e à la 12e année ont eu la chance de rencontrer une brochette de 35 collèges et universités des Provinces atlantiques afin d'y recueillir des informations sur leurs différents programmes d'études. Finalement, les finissants ont participé à l'activité *UNB and You* le 6 décembre.



ACTIVITÉS PASSÉES ET À VENIR

Par Charline Mazerolle, enseignante à l'école Arc-en-ciel

L'exaltation du temps des Fêtes se fait déjà sentir à l'école Arc-en-ciel ainsi que partout au sein de la communauté.

Avant de mentionner les événements qui auront lieu au mois de décembre, voici un bref retour sur les activités qui ont eu lieu le mois passé.

Tout d'abord, mentionnons la fête de l'Halloween qui fut célébrée le mercredi 31 octobre à l'école. Plusieurs élèves et membres du personnel s'étaient déguisés pour l'occasion. Il a été possible d'admirer une très grande variété de déguisements lors d'un défilé qui s'est tenu sur l'estrade du gymnase.

Comme dans le passé, une cérémonie visant à souligner le jour du Souvenir a eu lieu le lundi 5 novembre au gymnase.

Des vétérans de la Légion royale canadienne ont participé activement à l'événement. Comme toujours, les élèves de l'école ont démontré d'une façon particulière des signes de reconnaissance, de gratitude et de respect envers les anciens combattants. En soirée, un reportage spécial a été diffusé au Téléjournal Atlantique de la télé de Radio-Canada.

Le lundi 26 novembre, les élèves de la 3e année sont allés visiter l'hôtel de ville d'Oromocto ainsi que les bureaux locaux de la Gendarmerie royale du Canada. Ces deux visites guidées furent des plus enrichissantes en plus de répondre à plusieurs objectifs du programme d'études en sciences humaines.

Soulignons le fait que les bulletins scolaires furent remis aux élèves le jeudi 22 novembre. Une semaine plus tard, soit le 30 novembre, avait lieu notre traditionnelle rencontre [illegible] les élèves et les parents. Ce fut une première étape importante!

Comme vous le savez, la période des Fêtes est un temps de l'année où nous sommes tous invités au partage et à la solidarité. Cette année, les élèves de l'école Arc-en-ciel se sont engagés à la réussite d'un projet très spécial intitulé *Les enfants changent le monde!*

Le but du projet est de creuser un puits d'eau potable en Inde, dans une région en voie de développement. Les élèves de l'école sont encouragés à contribuer financièrement en apportant des sous qu'ils auront gagnés à la maison en accomplissant divers travaux ménagers ou autres.

Grâce à cette belle initiative du conseil des élèves, toutes l'école est encouragée à devenir des citoyens engagés envers l'amélioration de la qualité de vie de nombreuses personnes dans le besoin.

Cette année, le concert de Noël, mettant en vedette les élèves de l'école, aura lieu le mercredi 12 décembre à 10 h. Les préparatifs pour ce grand événement sont déjà bien entamés. Le produit final est attendu avec impatience!

Le personnel de l'école Arc-en-ciel désire souhaiter aux élèves et aux parents un très Joyeux Noël et une bonne année 2008!

Laissons maintenant la magie de Noël envahir nos coeurs...

Marie-Claude Landry à la trompette, enseignante de musique à l'école Arc-en-ciel.

Plusieurs membres de la Légion royale canadienne ont participé à cette belle cérémonie.

Alyson Savard (3e année) et Vincent Babin (5e année) ont déposé une couronne de coquelicots.

DITES-LE À VOS AMIS...

Pour connaître toutes les activités en français dans la région de Fredericton et surtout ne rien manquer... c'est pas compliqué et c'est gratuit! Ajoutez votre nom à la liste d'envoi de *Dites-le à vos amis...*

Il s'agit d'un courriel hebdomadaire qui est envoyé tous les jeudis et qui vous informe des spectacles, des films, des conférences, des ateliers, des cours, des réunions et de toutes les activités en français présentées au CCSA et même ailleurs.

Pour vous abonner, vous n'avez qu'à envoyer un message à François Albert à falbert@centre-sainte-anne.nb.ca. Et voilà, le tour est joué.

ÉCHOS DE LA PAROISSE

SACREMENT DE CONFIRMATION

Par Danielle Charron

Le dimanche 4 novembre avait lieu la célébration de 42 jeunes qui demandaient le sacrement de confirmation. Il faut rappeler que ces jeunes de la 9e année de la paroisse Sainte-Anne-des-Pays-Bas ont suivi une préparation intensive depuis le 23 septembre et que cette rencontre a été la dernière étape avant de recevoir ce sacrement.

Il s'agissait de moments de réflexion et de discussions avec les animateurs et le père Donald Savoie, d'une cérémonie pénitentielle et de l'Eucharistie. Il ne faudrait pas oublier le projet de partage avec les moins nantis alors que chacun apportait un sac d'aliments non-périssables pour garnir le garde-manger de la paroisse.

Le moment du repas a aussi donné lieu à des échanges intéressants. La célébration de la confirmation, présidée par Mgr Robert Harris, a eu lieu le jeudi 15 novembre à 19 h.

Un merci tout spécial aux catéchètes qui ont accompagné les jeunes cette année: Christian Arsenault, Carole Beaulieu, Claude Côté, Chantal Duguay-Mallet, Michelle White et Joanne Marquis.

HORAIRE DES MESSES DU TEMPS DES FÊTES

Le samedi 22 décembre:17 h
Le dimanche 23 décembre: 10 h et 12 h
Le lundi 24 décembre: 18 h, 20 h et minuit
Le mardi 25 décembre: 10 h 30
Le samedi 29 décembre: 17 h
Le dimanche 30 décembre: 10 h et 12 h
Le lundi 31 décembre: 17 h
Le mardi 1er janvier: 10 h 30
Renseignements: 444-6015

Cote de résistance aux impacts 5 étoiles!

Programme de remise aux diplômés.

SUBARU.

Fox Subaru
349, rue St Mary's
Fredericton NB
Tél. : 458-9588

Notre priorité absolue est de créer des véhicules hautement sécuritaires et agréables à conduire.

www.fredericton.subarudealer.ca

Venez rencontrer Charlene Benwell, notre représentante bilingue

CHEVALIERS DE COLOMB - CONSEIL 8409

UN MOIS DE DÉCEMBRE CHARGÉ

Par Robert Thériault

Café du dimanche

Tous les dimanches au CCSA, de 10 h 30 à 12 h, les Chevaliers de Colomb offrent du café grâce à la générosité de Tim Horton's. Les dons amassés serviront à aider des jeunes de la communauté dans divers projets.

Traîneau de Noël

La tradition se poursuit alors que le traîneau de Noël est installé à l'entrée du CCSA depuis le 27 novembre. Les gens qui veulent faire des dons en argent, en nourriture ou en jouets peuvent les déposer dans le traîneau. L'argent Canadian Tire est également accepté.

Grâce à cette activité, plus de 15 familles francophones bénéficieront d'aide et de support. Une boîte sera également installée à l'arrière de l'église Sainte-Anne-des-Pays-Bas pour recueillir vos dons.

Si vous avez des questions, vous pouvez communiquer avec Robert Thériault au 458-8813.

Loterie

En plus du traîneau de Noël, les Chevaliers de Colomb proposent une loterie dont le grand prix est une magnifique oeuvre de l'artiste peintre Raymond Martin, membre du conseil 8409.

L'année dernière, grâce à cette loterie, plus que 15 familles dans le besoin ont reçu des paniers de Noël.

Vous pouvez vous procurer des billets auprès d'un chevalier au coût de 2 $ (un billet) ou 5 $ (trois billets). Des billets seront vendus le dimanche matin pendant le café servi au CCSA. Le tirage aura lieu le 17 décembre.

Souper de Noël

Les Chevaliers de Colomb organisent un souper de Noël le samedi 15 décembre à 18 h à la nouvelle cafétéria de l'école des Bâtisseurs.

Au menu: vols-au-vent au poulet

Les billets, en vente au coût de 22 $ chacun, sont disponibles auprès de Jacques Degrâce (455-5736), Robert Thériault (458-8813) et Roberto Lebouthillier (455-8786).

Superbe oeuvre de l'artiste peintre Raymond Martin, grand prix de la loterie de Noël des Chevaliers de Colomb.

Collecte de sang

L'année dernière, au lendemain de Noël, les Chevaliers de Colomb ont organisé une collecte de sang et 53 dons ont été prélevés. Cette année, vos Chevaliers organisent une autre collecte de sang qui aura lieu le mercredi 26 décembre de 10 h à 12 h et de 13 h 30 à 16 h au sous-sol de l'église Sainte-Anne-des Pays-Bas. Venez en grand nombre et donnez le cadeau ultime de la vie.

Acupuncture

Spa / Esthétique / Épilation au laser

Massage

NOUVEAUTÉ: Esthétique médicale

Avec le Dr van Aardt www.nslaser.com

Wellness Clinic

198, chemin Lincoln

452-9795 / www.wellnessclinic.biz

Aïkido

Tai Chi / Qi Gong

RE/MAX
Group Four Realty Group Ltd.

Karla Russell
Agente immobilière

311, rue St. Mary's
Fredericton (N.-B.)
E3C 1L8

Cellulaire : 506-471-4567
Bureau : 506-452-9888
Télécopieur : 506- 452-1590
krlrsl@nbnet.nb.ca

SERVICE BILINGUE, PROFESSIONNEL ET PERSONNALISÉ

Réseau d'agents indépendants et franchisés

AIDER LES GENS À Y VOIR
PLUS CLAIR

Quels que soient vos besoins financiers, vous pouvez faire confiance à l'expertise de nos conseillers pour vous éclairer.

BANQUE NATIONALE

551 rue King, Fredericton Téléphone : 458-8129

Blanchard & Soicher

Dr. Marisa Blanchard, O.D. / Dr. Mel Soicher, O.D.
Dr. Tara McCarthy, O.D.

239 Main Street
Fredericton, N.B. E3A 1E1
459-1222
Email:blanchardsoicher@nb.sibn.com

OPTOMETRISTS OPTOMETRISTES

LA SEULE LAITERIE
PUREMENT
NOUVEAU-BRUNSWICK

www.northumberlanddairy.ca
NORTHUMBERLAND

MERLE NORMAN
and DAY SPA

Spa
pédicure, manucure, facial, épilation
Pied
Spécialiste des pieds (Podologie)
Ongle
Ongles artificiels
Massage
Couvert par la plupart des plans médicaux
Laser
Épilation permanente
Consultations gratuites
- de maquillage
- de l'épiderme
- de la mariée
Heures flexibles
Chèques-cadeaux disponibles
www.thedayspa.org

Un service impeccable...
Regent Mall
Fredericton, N.B.
450-7345

Le gaz naturel.
Au travail. Chez vous. Partout.

ENBRIDGE
Enbridge Gas New Brunswick
Enbridge Gaz Nouveau-Brunswick

1-866-343-8427 | gaznaturelnb.com

NOVA ÉLECTRIQUE LTÉE
200, Urquhart Crescent
Fredericton (N.-B.) E3B 8K5
novaelct@nbnet.nb.ca
Tél.: 452-1123
Télec.: 457-1363

CAMILLE N. ALBERT, ING. P.
président

FOSTER & COMPANY
Avocats et Notaires

564, rue Prospect, bur. 100
Fredericton (N.-B.) E3B 9M3
Tél. : 506-462-4000
Téléc. : 506-462-4001
www.FandcLaw.com

Foster & Company, avocats-notaires, est une équipe dynamique et innovatrice, prête à vous servir dans tous les domaines du droit, spécialement en ce qui a trait aux blessures corporelles, au droit des assurances, au litige commercial et aux congédiements.

Ils offrent des services et des résultats de haute qualité, sans toutefois déroger à leur intégrité et à leur éthique professionnelle. Foster & Company se mérite une excellente réputation pour son équipe dévouée et ardente au travail.

Foster & Company est heureux d'annoncer que Me Patricia Caissie s'est récemment jointe à leur équipe. Me Caissie pratique le droit dans les deux langues officielles et saura offrir un service de qualité exceptionnelle à la communauté francophone de Fredericton. Vous pouvez rejoindre Me Caissie au pcaissie@fandclaw.com ou au 462-4009.

Sur la photo: Isabel Lavoie-Daigle, Patricia Caissie et J Charles Foster.

DÉJOUEZ L'INFLATION

Par Patrice Charette

Que signifie une retraite confortable pour vous? Acheter une résidence secondaire ou avoir la liberté de se rendre un peu partout au pays?

Afin de vous assurer de ne pas épuiser prématurément votre épargne-retraite, vous aurez besoin d'un plan de placement judicieux. Il existe un phénomène quasi invisible qui érode votre pouvoir d'achat au fil du temps. Il s'agit de l'inflation.

Qui dit inflation dit érosion

L'inflation consiste en l'augmentation constante du prix des biens et services dont vous avez besoin ou que vous souhaitez acquérir.

Cette force subtile aura pour effet de réduire votre pouvoir d'achat futur. Au cours des 25 dernières années, l'inflation s'est chiffrée en moyenne entre 2 % et 4 % par année.

Examinons l'effet d'une inflation de 2 % ou de 4 % sur un revenu de placement annuel de 50 000 $. Avec un taux de 2 %. Vous aurez besoin de retirer 51 000 $ de votre portefeuille l'année prochaine pour maintenir ce niveau de vie. Si ce taux atteint 4 %, vous aurez besoin de 52 000 $. Vous allez donc toujours devoir puiser davantage dans votre épargne pour suivre le rythme de l'inflation.

Réduisez les risques en diversifiant votre portefeuille

Pour réussir à déjouer l'inflation, il est efficace d'opter pour un portefeuille de retraite offrant des revenus et la stabilité du capital, mais comportant également une composante de croissance. L'histoire démontre qu'ils sont les plus efficaces, après impôt, pour contrer l'inflation et favoriser la croissance des revenus.

Vous pouvez inclure des actions ou des fonds d'actions dans votre portefeuille sans vraiment courir de risques additionnels car certain marchés financiers et catégories d'actif évoluent simultanément dans des directions opposées. Lorsque le prix des obligations diminue, celui des actions augmente habituellement.

Protégez votre pouvoir d'achat

Déjouer l'inflation est essentiel. Il est important que vous preniez dès maintenant les mesures nécessaires pour protéger votre pouvoir d'achat en s'assurant la bonne composition de l'actif qui permettra d'obtenir des rendements supérieurs à l'inflation sans prendre de risques injustifiés.

SUDOKU

RÉPONSE DU JEU EN PAGE 22

RÉPONSE DU NO 22

8	7	2	5	1	6	4	3	9
1	3	6	7	9	4	5	2	8
9	5	4	2	8	3	6	7	1
4	8	3	9	5	1	2	6	7
5	2	1	6	4	7	9	8	3
7	6	9	8	3	2	1	5	4
2	9	8	1	7	5	3	4	6
3	1	5	4	6	8	7	9	2
6	4	7	3	2	9	8	1	5

www.franco-fredericton.com

FRANCO-FREDERICTON.COM

Une région pour les francophones!

L'argent ne fait pas le bonheur.
Mais nous sommes tous heureux d'en posséder.

Le Plan du Groupe Investors

Massothérapeute enregistrée
Clinique moderne

Anik Thériault

459-3324
aniktheriault@hotmail.com

48, avenue McMurrich
New Maryland, N.-B.
E3C 1G8

Chèques-cadeaux disponibles
Couvert par la plupart des plans médicaux

QUELQUES CONSEILS PRATIQUES POUR LE TEMPS DES FÊTES

Par Manon Dionne, physothérapeute, mdionne556@hotmail.com

La préparation d'aliments

Quand vous faites la vaisselle, ouvrez le panneau d'armoire sous l'évier et placez un de vos pieds sur la tablette du bas. Alternez de pieds de temps à autre.

Quand vous allez chercher des objets électriques ou d'autres contenants à partir des tablettes du bas, assurez-vous de fléchir les genoux au lieu de vous pencher tout en gardant votre corps droit.

Rangez les objets les plus fréquemment utilisés à la hauteur de la taille afin de ne pas avoir besoin de vous pencher trop ou de monter en hauteur.

Réfléchissez avant d'agir et d'atteindre le haut de l'armoire. Souvenez-vous de garder votre ventre entré ainsi que votre menton entré avant que vous atteigniez votre l'objet si bien rangé vers l'avant ou le haut. Si l'objet est trop haut utiliser un banc.

Assis lors du repas ou devant la TV

Assoyez-vous [illegible]. Éviter les sofas [illegible] surchargées, des coussins qui peuvent courber le dos et étirer certains muscles et articulations.

Veillez à vous asseoir droit

Faites des bascules du bassin chaque demi-heure. Rentrez votre ventre, serrez légèrement le fessier et poussez le bas du dos dans le dossier pour quelques secondes puis relâchez.

Placez un petit banc (8 à 10 centimètres de hauteur) sous vos pieds pour monter légèrement vos genoux au dessus des hanches. Cela aidera à relâcher certains muscles du dos.

ÉTUDES À TEMPS PARTIEL 2007-2008
UNIVERSITÉ DE MONCTON

Formations de perfectionnement professionnel et de développement personnel offertes à Fredericton

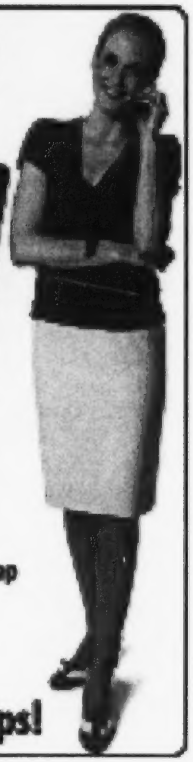
- Rédaction dans le monde des affaires I - 18 et 19 octobre 2007
- La découverte des cépages et l'art de la dégustation du vin - 22 novembre 2007
- Pouvoir sur ce pouvoir sans : communication consciente pour leaders et gestionnaires - 27 et 28 novembre 2007
- L'accompagnement, l'éducation et la communication non violente - 29 et 30 novembre 2007
- Structure et élaboration du texte écrit - 28 mars 2008
- Anglicismes et vocabulaire I - 29 mars 2008
- Gérer et classer ses documents - Printemps 2008
- Anglicismes et vocabulaire II - 9 mai 2008
- Rédaction dans le monde des affaires II - 5 et 6 juin 2008

Nouveauté 2007-2008!
Programme MBA offert entièrement en ligne dès l'automne 2007

RENSEIGNEMENTS
858-4659
www.umoncton.ca/ep

UNIVERSITÉ DE MONCTON
CAMPUS DE MONCTON
Éducation permanente

L'Éducation permanente, l'Université partout en tout temps!



NOUVEAUTÉS À LA BIBLIOTHÈQUE DR MARGUERITE-MICHAUD

Par Françoise Caron

LIVRES

GRAVEL, Robert et Alexis Martin. *La dernière crèche ou le dernier Noël d'Yvon Guimond*

Une veille de Noël, alors que Montréal est frappée par la pire tempête de neige de son histoire, Yvon Guimond, à bord de son taxi retrouve le chemin de Laval-des-Rapides pour aller revivre les réveillons de son enfance. Un conte de Noël nostalgique, pour les adultes.

Guide de l'auto 2008

En plus de la recension de tous les modèles de l'année, le guide 2008 présente de nombreux articles dont un palmarès des voitures économiques et un dossier spécial sur les 60 ans de Ferrari.

LABERGE, Marie. *Sans rien ni personne*

Un meurtre non résolu constitue le point de départ ce nouveau roman de Marie Laberge. En 1972, Isabelle Deschamps, une Française de 22 ans est tuée à Montréal, après avoir accouché d'un enfant mort-né. Trente-cinq ans plus tard, le père de la victime essaie de convaincre le commissaire parisien, Patrice Durand, de rouvrir l'enquête. Ce dernier viendra au Québec et fera équipe avec la policière montréalaise, Vicky Bardeau, femme de tête, de 10 ans sa cadette.

MALTAIS, Robert. *Le premier Noël du père Noël*

Robert Maltais, le Perlin de Passe-Partout, est l'auteur de ce conte pour enfants. Chaque année, le soir du 24 décembre, un bon gros monsieur à la belle barbe blanche et au gros rire contagieux parcourt la terre pour apporter des cadeaux à tous les enfants du monde. Qui est-il? D'où vient-il? Et pourquoi l'appelle-t-on père Noël? C'est ce que découvre Rodolphe, petit agneau curieux et intrépide.

MUSIQUE

BLOUIN, Johanne. Noël avec Johanne Blouin (CD)

Déjà Noël (CD)- Compilation avec Florence K, Ima, Dany Bédar, etc.

GAGNON, Claude. Noël autour d'une guitare (CD)

GIGNAC, Fernand. Souvenirs de Noël (CD)

FILMS

Le lutin (DVD-famille)

Joyeux Noël (DVD-adulte)

Petite vie: Noël chez les Paré (DVD-adulte)

Heures d'ouverture régulières

Lundi	9 h à 17 h
Mardi	9 h à 20 h
Mercredi	9 h à 17 h
Jeudi	9 h à 20 h
Vendredi	9 h à 17 h
Samedi	13 h à 17 h
Dimanche	Fermé

L'ENTRÉE PRINCIPALE DU CCSA SE MÉTAMORPHOSE

La passerelle, qui joindra le CCSA, l'école Sainte-Anne et la bibliothèque à l'école des Bâtisseurs et à la garderie Au P'tit Monde de Franco, prend forme au fil des jours. Dans peu de temps, il sera possible de circuler de l'intérieur entre les deux édifices.

Bientôt, l'entrée principale du CCSA sera entièrement couverte d'une structure protectrice.

Heures d'ouverture de la bibliothèque pour le temps des Fêtes

Le 21 décembre - 9 h à 17 h	Le 29 décembre - 13 h à 17 h
Le 22 décembre - 13 h à 17 h	Le 31 décembre - 9 h à 17 h
Du 23 au 26 décembre - FERMÉ	Le 1er janvier - FERMÉ
Les 27 et 28 décembre - 9 h à 17 h	Le 2 janvier - 9 h à 20 h (horaire régulier)

sudoku

À partir de 8 ans

PROBLÈME NO 22

8			5				3	9
1				9	4			
			2					
	8			5		2		7
	2		6		7		8	
7		9		3			5	
					5			
			4	6				2
6	4				9			5

RÈGLES DU JEU

Vous devez remplir toutes les cases vides en plaçant les chiffres 1 à 9 qu'une seule fois par ligne, une seule fois par colonne et une seule fois par boîte de 9 cases.

Chaque boîte de 9 cases est marquée d'un trait plus foncé. Vous avez déjà quelques chiffres par boîte pour vous aider. Ne pas oublier : vous ne devez jamais répéter plus d'une fois les chiffres 1 à 9 dans la même ligne, la même colonne et la même boîte de 9 cases.

SOLUTION EN PAGE 19

Les fabuleuses recettes de Juliette

Bonjour mes amis. J'espère que vous avancez dans vos préparatifs du temps des Fêtes. C'est rendu tellement fou cette période de l'année.

Depuis belle lurette, je n'achète plus de cadeau de Noël. Je fabrique moi-même les cadeaux que j'offre. En tout cas, j'en mange des Popsicles dans un an! Savez-vous combien de bâtons ça prend pour construire une réplique de la tour Eiffel? Beaucoup!

Et quoi de mieux qu'un bon verre de lait de poule pour agrémenter le tout. Il faut que je vous raconte. Quand j'étais petite fille, j'ai voulu faire une surprise à ma mère avec la brillante idée de faire du lait de poule. AYOYE! Les poules de la ferme ont passé un mauvais quart d'heure. Celles qui ont survécu ont marché croche pendant un bon six mois! Laissez-moi vous dire que des tétines de poules, c'est pas trop gros.

Lait de poule pour adultes (pour environ 20 verres)
10 oeufs
1 tasse de sucre
250 ml de Brandy
250 ml de rhum
250 ml de crème 10 % ou 15 %
1 litre de lait

Préparation

- Séparer les blancs d'oeufs des jaunes. Battre les blancs en neige, y ajouter le sucre. Mettre de côté.

- Dans un autre bol, battre les jaunes d'oeufs. Y ajouter le sucre. Ajouter graduellement le Brandy, le rhum, la crème et le lait, en continuant à fouetter. À ce mélange, incorporer les blancs d'oeufs montés en neige. Y garrocher quelques zestes d'orange.

- Servir tiède ou froid (mettre au frigo). Saupoudrer de muscade au goût.

- Utilisez des oeufs et des ingrédients laitiers pasteurisés, qui sont disponibles dans de nombreuses épiceries.

Bon, je dois vous laisser. J'ai deux boîtes de Popsicles à manger si je veux avoir assez de bâtons pour terminer ma réplique du David de Michel-Ange.

Je vous souhaite de très joyeuses Fêtes et à l'an prochain!

Boutique de l'Amitié

Vous y retrouverez d'excellentes idées pour vos cadeaux du temps des Fêtes: disques compacts, jeux, livres, DVD et bien plus encore! Nous pouvons commander certains articles.

Heures d'ouverture

La Boutique de l'Amitié est ouverte sur demande à la réception du CCSA pendant les heures d'ouverture et tous les dimanches, pendant la catéchèse, de 10 h 30 à midi.

Renseignements: 453-2731